

Аннотация рабочей программы по дисциплины

Б1.В.04 «Методологические подходы к физкультурно-оздоровительной работе»

цель дисциплины	<p>Целью освоения дисциплины «Методологические подходы к физкультурно-оздоровительной работе» является формирование у студентов целостного представления о здоровье, факторах его определяющих и основах здорового образа жизни (ЗОЖ).</p> <p>Полученные знания позволят повысить общую и валеологическую культуру студента, понять основы формирования здоровья и ЗОЖ и освоить навыки работы с телом для формирования здоровья. Ведь здоровье – первейшее условие в жизнедеятельности человека, определяющее продуктивность и качество его жизни. Давно известно, что человек не станет здоровым, если не будет заботиться о собственном теле. Эти вопросы важно знать любому человеку, особенно будущему педагогу-психологу, ибо ему предстоит самому быть здоровым и сформировать правильное представление ЗОЖ у подрастающего поколения, а главное контролировать его в образовательном процессе. По мнению ученых, существенное улучшение здоровья в России может произойти при формировании валеологического мировоззрения населения.</p> <p>Целью воспитательной работы в дисциплине «Методологические подходы к физкультурно-оздоровительной работе» является создание благоприятных условий, содействующих развитию социальной и культурной адаптации в обществе и самостоятельному жизненному выбору, к успешному началу трудовой деятельности и постоянному продолжению профессионального образования, к раскрытию своего творческого потенциала, уважающего права и свободы другого человека, физически и духовно развитого, владеющего знаниями о лучших традициях отечественной и мировой культуры и ориентированного на их использование в своей жизни.</p>
место дисциплины в учебном плане	Б1.В.04
формируемые компетенции	ОК-1, ОК – 3, ПК – 25
знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>В результате изучения дисциплины студент должен:</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- основные законы развития современной социальной и культурной среды;- основы нравственного поведения влияющего на здоровье;- средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готов к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, формированию навыков ЗОЖ и безопасной образовательной среды с учетом требований гигиены и

охраны труда;

- требования гигиены, охраны труда, способствующие сохранению здоровья;

- использование здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности;

- качественные и количественные методы в психологических и педагогических исследованиях в образовательной среде;

- основы здорового образа жизни и формирования безопасной образовательной среды;

- основные факторы и условия, обеспечивающие укрепления здоровья;

- основные подходы к формированию ЗОЖ;

- основные источники заболеваний и первичную их профилактику;

- рациональную организацию режима жизнедеятельности;

уметь:

- использовать основные законы развития современной социальной и культурной среды для сохранения здоровья участников образовательной среды;

- опираться на основы нравственного поведения в профессиональной среде;

- использовать средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готов к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, формированию навыков ЗОЖ и безопасной образовательной среды с учетом требований гигиены и охраны труда;

- использовать требования гигиены, охраны труда, способствующие сохранению здоровья;

- использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности;

- использовать качественные и количественные методы в психологических и педагогических исследованиях в образовательной среде при оценке здоровья;

- опираться на собственный здоровый образ жизни и формировать безопасную образовательную среду.

- диагностировать состояние здоровья занимающихся;

- использовать оздоровительные мероприятия для формирования и укрепления здоровья;

- рационально строить свой образ жизни;

владеть:

- основами нравственного поведения в профессиональной среде как условия способствующего сохранению здоровья;

- средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готов к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, формированию навыков ЗОЖ и безопасной образовательной среды с учетом требований гигиены и охраны труда;

- требованиями гигиены, охраны труда, способствующие

	<p>сохранению здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - здоровье сберегающими технологиями в профессиональной деятельности; - здоровым образом жизни и формированием безопасной образовательной среды; - приемами изучения состояния здоровья; - методиками диагностирования состояния здоровья; <p>- подходами оздоровительной работы человека.</p>
<p>содержание дисциплины</p>	<p>Общие основы наук о здоровье</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основы теории и существующие концепции - Взгляды на здоровье и болезнь в соответствии с подходом - Факторы, определяющие здоровье <p>Культура формирования здорового тела</p> <ul style="list-style-type: none"> - Культура питания, использования воды и голодания - Дыхание и здоровье. Личная гигиена - Двигательная активность и здоровье - Природные средства для оздоровления. Чистки организма <p>Рациональная организация жизнедеятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основы рационального ЗОЖ - Режим жизнедеятельности - Создание собственной системы оздоровления
<p>формы промежуточной аттестации</p>	<p>1-й семестр - Экзамен</p>